

# Slapeloosheid becijferd

Gert Westert, Mieke Cardol

Bijna 90% van de Nederlanders rapporteert gezondheidsklachten wanneer hun daarnaar gevraagd wordt. Een kwart van hen, ofwel 4 miljoen Nederlanders, had de afgelopen 2 weken problemen met slapen. Daarmee staan slaapstoornissen op de derde plaats in de top 10 van gezondheidsklachten. Vergeleken met 1987 is er sprake van een forse toename: van 16% naar 24%. Vrouwen liggen vaker wakker dan mannen, respectievelijk 28% en 18%. Lager opgeleiden – boven de 25 jaar – rapporteren het vaakst slaapproblemen (33%). Ten slotte zegt ruim 1 op de 10 kinderen slaapproblemen te hebben.

## Het topje van de ijsberg

Velen liggen af en toe wakker, maar slechts 10% van de mensen met slaapproblemen gaat hiervoor naar de huisarts. Voor de huisarts betekent dit dat zo'n 3% van de ingeschreven patiënten contact zoekt vanwege slaapproblemen. Deze patiënten hebben gemiddeld bijna 16 contacten met de huisartsenpraktijk per jaar, waarmee ze ver uitsteken boven het gemiddelde van 6 contacten per jaar. In slechts 4 contacten worden de slaapproblemen besproken. Er blijven dus nogal wat contacten over waarin het om andere (verwante) klachten gaat. Ook is bekend dat veel ouderen de huisarts consulteren met klachten die de slaap kunnen verstoren, zoals nek- en rugklachten. De diagnose 'slapeloosheid' wordt hier dan ten onrechte als hoofddiagnose geregistreerd. Patiënten hebben vaker telefonisch contact voor hun slaapproblemen (53%) dan dat zij hiervoor naar het spreekuur komen (43%). In 4% van de gevallen betreft het contact een visite.

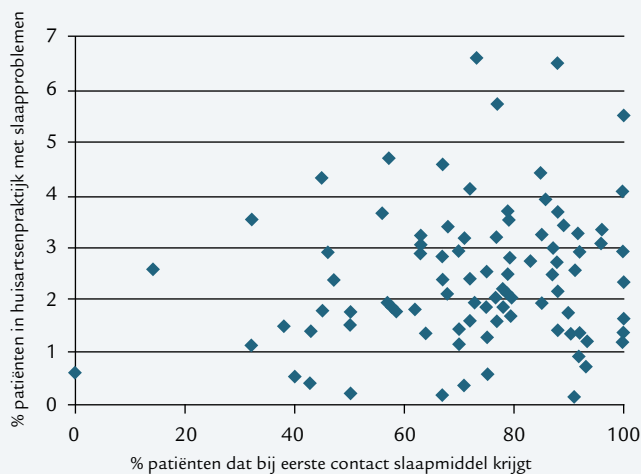
## Wat doet de huisarts?

Bijna alle patiënten (96%) krijgen uiteindelijk slaapmiddelen voorgeschreven. Driekwart van de patiënten die voor het eerst met een slaapprobleem bij de huisarts komen, krijgt een prescriptie, in vervolcontacten krijgt het overige kwart die ook. Dit is opmerkelijk omdat de NHG-Standaard enige terughoudendheid adviseert. Advies geven staat voorop. Huisartsen verwijzen patiënten zelden voor slaapproblemen: in nog geen 0,5% van de contacten.

## Praktijken verschillen

Is het nu zo dat huisartsen die vaak slaapproblemen registreren, een ander voorschrijfgedrag in het eerste contact laten zien? Schrijven ze dan sneller of juist minder snel voor? De *figuur* geeft aan of er samenhang is. Op de verticale as staat het percentage patiënten van de praktijkpopulatie met slaapproblemen. De horizontale as laat de verschillen in voorschrijven tijdens het eerste contact tussen de praktijken zien. Niet alle huisartsen schrijven bij het eerste contact direct een slaapmiddel voor. De helft van de praktijken zit tussen de 63 en 88%, de rest valt daarbuiten. Ook blijken huisartsen die meer mensen met slaapproblemen in de

**Figuur** Schrijven huisartsen die vaker patiënten met slaapproblemen (ICPC) registreren (verticale as) ook vaker slaapmiddelen voor in het eerste contact (horizontale as)?\*



\* n=90 huisartsenpraktijken, correlatie: 0,12. Er is statistisch gecorrigeerd voor leeftijdsverschillen tussen de praktijkpopulaties.

praktijk hebben, niet sneller een middel voor te schrijven. Er blijkt geen enkel verband te zijn.

## Conclusie

Veel mensen rapporteren desgevraagd slaapproblemen, maar slechts 10% gaat ermee naar de huisarts. Maar als ze gaan, schrijven de huisartsen veelal slaapmiddelen voor. Het aantal gevallen waarin dat direct in het eerste contact gebeurt, varieert sterk tussen praktijken.

De hier beschreven analyses zijn uitgevoerd met LINH-gegevens in het kader van de tweede Nationale Studie naar ziekten en verrichtingen in de huisartspraktijk (2001; [www.nivel.nl/ns2](http://www.nivel.nl/ns2)). LINH is een project van NIVEL, WOK, LHV, en NHG. Voor meer informatie over LINH en de hier beschreven gegevens kunt u terecht op de website ([www.linh.nl](http://www.linh.nl)). Reacties naar [info@linh.nl](mailto:info@linh.nl).